



Revue de
l'**Observatoire**
Vieillesse
& **Société**

gérontophare

Mars 2012

Important

Prochaine
conférence:
Dr Martine
Lagacé
« **L'âgisme**
dans les
médias, mythe
ou réalité » le
29 mars, 16h.

Prochaine
« **grande**
journée » sur la
perte auditive
le **16 avril, 8h30**
à **17h00.**

Toutes les
conférences
ont maintenant
lieu dans
l'amphithéâtre
Le groupe
Maurice à
l'**IUGM.**

Bienvenue à
tous!
Il est prudent de
réserver.

Pour en savoir plus... beaucoup plus... sur tout!
WWW.OVS-OAS.ORG

Cet article fait suite à celui de décembre où il était suggéré de prendre notre place en demeurant des êtres de pouvoir. Cette affirmation à l'emporte-pièce peut évidemment conduire à des abus. C'est en somme l'autre côté de la médaille.

Continuons à nous respecter face à l'âgisme

L'âgisme selon le gérontologue Robert Butler (1968) c'est la stigmatisation de la personne âgée. C'est le préjugé classique à l'égard des aînés. Or, ce préjugé peut devenir un « outil » efficace permettant de gérer les situations d'inégalités. En lien avec l'article de décembre 2011, nous présentons l'âgisme vu sous un angle différent. Nous dressons une mise en situation suivie d'une brève analyse.

Mise en situation : *Je suis un homme de 85 ans, jeune d'esprit, ayant toutes ses facultés intellectuelles. Je suis conscient de l'attitude et du regard des jeunes envers moi. Selon moi, je suis simplement plus âgé qu'eux. Toutefois, leur attitude envers les aînés peut devenir irritante. Bien souvent, en ma présence, les jeunes parlent plus fort, plus lentement, ils finissent mes phrases ou me suggèrent des mots lorsque j'hésite. Bref, ils m'infantilisent. Mon attitude positive me rend très perspicace. Je perçois que ma canne me sert non seulement d'appui, mais elle m'aide à obtenir rapidement un siège lorsque j'utilise les transports en commun. D'emblée on me cède la place. D'ailleurs, dans les files d'attente on me laisse passer en premier. Même si j'entends bien, le débit lent qu'on utilise pour me répondre m'est utile. D'une part, on me porte plus d'attention et d'autre part, je prépare la prochaine amorce de diversion.*

Mon âge me permet des envolées. Je me permets de dire sans représailles : « vous êtes belle mademoiselle ! » Je me sens libre. Je suis un homme de 85 ans, jeune d'esprit et conscient du pouvoir que mon âge m'attribue.

Analyse : Cette mise en situation nous fait comprendre que l'âgisme a aussi ses avantages. De toute évidence, cet homme est dynamique, positif et bien dans sa peau. Il a 85 ans. Loin de se sentir une victime de l'âgisme, il est un fin stratège. Il utilise, le pouvoir que lui concèdent les plus « jeunes » lorsqu'ils établissent des rapports inégaux. Si l'on peut dire, il danse bien le « menuet social » de l'âge. Il comprend avec justesse la façon de considérer cette étape de la vie. Il s'agit ici de résilience et de plaisir de vivre. Posons-nous la question suivante: soutenons-nous l'impact de notre propre vieillissement? Une interprétation différente de l'âge sous forme d'une nouvelle sagesse nous aide à mieux percevoir nos richesses. De fait, nous sommes tous égaux, jeunes et moins jeunes. C'est notre idéal qui nous guide et qui met le cap sur nos valeurs. Pensons-y, que ferions-nous les uns sans les autres, les jeunes sans les moins jeunes et *vice versa* C'est en d'autres mots la sagesse de nos vies qui se manifeste par nos actions.

Diane Ginette Brûlotte et Danielle Laudy
Vigie Éthique

Eduardo Varela
Vigie Qualité de vie

Un peu d'humour - traduit de l'internet

Quelque part dans un parc, une dame âgée était assise tranquille. Un homme s'approche et vient s'asseoir à l'autre bout du banc. Après quelques minutes, la dame se retourne et engage un dialogue:

- « Vous êtes étranger dans cette ville? »
- « J'ai vécu ici il y a quelques années. »
- « Mais où étiez-vous pendant toutes ces années? »
- « En prison »
- « Pourquoi donc vous a-t-on mis en prison? »

Le monsieur la regarde et très calmement lui dit, « j'ai tué ma femme »

Le visage de la femme s'éclaire et avec un large sourire elle lui dit: « Vous êtes donc célibataire..?! »



Un peu de sagesse – faisons-nous aimer

En vieillissant, on devient parfois « irritable, grincheux, malcommode ». Expressions qui sont peut-être vraies parce qu'on les trouve partout dans la littérature. À notre avis, il n'y a pas d'âge pour appliquer les *accords toltèques de Don Miguel Ruiz* (reproduits ci-dessous) dans notre comportement quotidien. Faisons tous un effort et bonne chance!

Que votre parole soit impeccable.

*Parlez avec intégrité, ne dites que ce que vous pensez.
N'utilisez pas la parole contre vous-même, ni pour médire sur autrui.*

Ne réagissez à rien de façon personnelle.

*Ce que les autres disent et font n'est qu'une projection
de leur propre réalité, de leur rêve. Lorsque vous êtes immunisé
contre cela, vous n'êtes plus victime de souffrances inutiles.*

Ne faites aucune supposition.

*Ayez le courage de poser des questions et d'exprimer vos vrais désirs. Communiquez
clairement avec les autres pour éviter tristesse, malentendus et drames. À lui seul cet accord
peut transformer votre vie.*

Faites toujours de votre mieux.

*Votre "mieux" change d'instant en instant, quelles que soient les circonstances, faites
simplement de votre mieux
et vous éviterez de vous juger, de vous culpabiliser et d'avoir des regrets*

La balance du pouvoir

On parle de pouvoir gris, on parle d'élection, de référendum, de sondage. Le pouvoir gris nous l'avons c'est nous! Quelques chiffres, au Québec:

Âge	Hommes	Femmes	Total
≥ 65 ans	344 952	681 529	1 026 481
≥ 75 ans	215 012	334 649	549 661
≥ 80 ans	113 932	206 799	320 731
≥ 90 ans	12 506	38 256	50 762

Institut de la statistique Québec- Population par année d'âge et par sexe, Québec, 1^{er} juillet 2010

Imaginez le pouvoir de chacune de ces cohortes, par exemple, nous sommes plus de 320 000 personnes de 80 ans et plus dont l'immense majorité est lucide et active. Nous sommes tous *reliés ensemble* par le biais des 18 tables régionales de *concertation*. *Concertons-nous donc* et agissons! Nous pouvons changer la perception sociale des aînés de notre pays. Espérons que les décideurs s'en rendront encore plus compte et agirons en conséquence.

André Davignon
Directeur

OYEZ... OYEZ...

Deux grandes premières à l'OVS

1- Conférence du Dr Martine Lagacé « **L'âgisme dans les médias: mythe ou réalité** » le 29 mars, 16h.

À cette conférence interactive seront données les résultats d'une analyse qualitative et quantitative de l'âgisme dans les médias. Des représentants des principaux médias écrits du Québec sont invités ainsi que des membres du Conseil de presse du Québec et de la Fédération professionnelle des journalistes du Québec.

Nous souhaitons que la discussion qui suivra conduise à l'ébauche d'une perception différente de la « nouvelle » sur les aînés.

2- **Grande journée sur la perte auditive**, suite au succès des précédentes « grandes journées »: « réflexion sur l'âgisme » en mars 2009 et « retraite et pouvoir » en novembre 2010. L'observatoire a donc décidé d'en organiser une troisième sur un sujet particulièrement important dans un contexte de la lutte contre l'âgisme: **la perte auditive**. Celle-ci atteint environ le tiers des gens âgés de 65 ans allant jusqu'à 90% ceux en établissement pour personnes âgées.

Qui plus est

Les conférences de l'OVS auront lieu désormais dans le **nouvel amphithéâtre Le Groupe Maurice** de l'IUGM dont l'aménagement tient compte des besoins spécifiques des aînés.

L'OVS, organisme à but non lucratif, n'a pas de revenu propre. Ses activités ne peuvent s'exercer que grâce au soutien d'organismes publics ou privés. Notons les partenaires privilégiés suivants :

